القرآن والأمن النفسي

بحث أعده

أ.د /فهد بن عبد الرحمن بن سليمان الرومي
أستاذ الدراسات القرآنية
كلية المعلمين بالرياض
جامعة الملك سعود

للمشاركة في
(الملتقى العلمي الرابع للهيئة العالمية لتحفيظ القرآن الكريم)
وعنوانه (حفاظ القرآن الكريم أمان لمجتمعاتهم)
بالتعاون مع وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية الكويتية
خلال الفترة ١٥-١٨ /١٤٢٨/٨هـ الموافق ٢٥-٢٠٠٧/١١/٢٨م
في دولة الكويت
١٤٢٨ – ٢٠٠٧ م

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين ، أما بعد :

فقد تلقيت دعوة كريمة من فضيلة الدكتور عبد الله بن علي بصفر الأمين العام للهيئة العالمية لتحفيظ القرآن الكريم، للمشاركة في الملتقى العلمي الرابع للهيئة والذي تقيمه بالتعاون مع وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية الكويتية ، وعنوان هذا الملتقى (حفاظ القرآن الكريم أمان لمجتمعاتهم).
وقد رغبت في الكتابة في المحور الأول من محاور الملتقى (الأمن النفسي) واخترت موضوع (الأمن النفسي في القرآن الكريم) . أسأل الله أن يجعله خالصاً لوجهه الكريم إنه سميع مجيب ، وصلى الله وسلم على نبينا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين .

وكتبه
ا.د / فهد بن عبد الرحمن
الرومي
الرياض

18/9/1428

بسم الله الرحمن الرحيم

حضارة القلق ، وقلق الحضارة :

وأعني بالحضارة الحضارة الحديثة حيث يدرك الناظر بنظرة خاطفة أو متأملة أن بين الحضارة الحديثة والقلق تلازماً وثيقاً . وتتفق جميع مدارس العلاج النفسي على أن القلق هو السبب الرئيس في نشوء أعراض الأمراض النفسية [١]

وأكثر بلاد العالم تحضراً في العصر الحديث هي الولايات المتحدة الأمريكية وتعلن نتائج شيوع القلق وانتشاره أرقاماً مفزعة من الجرائم حيث تحدث جريمة قتل كل ٤٣ دقيقة واغتصاب كل ١٩ دقيقة وسرقة كل دقيقتين أما السطو على المنازل فجريمة كل ٢٠ ثانية وعلى السيارات كل ٤٨ دقيقة والرقم المفزع اختطاف رجل كل ٢٠ ثانية. [٢]

إن كل جريمة وراء صاحبها قلق دفعه إلى ارتكابها كالخوف من الموت أو من الجوع أو الفقر أو من المرض أو غير ذلك . وكل جريمة تزيد من نسبة القلق إذ أن من يعيش في هذا المجتمع ويسمع هذه الإحصائيات قد يخشى أن يكون الضحية ليس في اليوم التالي بل في الدقيقة التالية فيظل قلقاً متوتراً بصورة مباشرة أو غير مباشرة .

والسر في تعليل ذلك ليس ببعيد وذلك أن تلك الحضارة قامت على بناء عقل الإنسان أو هكذا يزعمون دون بناء الروح فأصبح الإنسان فيه مجرد آلة تسعى لغاية والغاية تبرر الوسيلة – نجد ذلك على مستوى الأفراد وعلى مستوى الدول حيث تحصد بعض الدول المتحضرة عشرات الأنفس البريئة لتحقيق ما تزعم أنه أمنها وقد أعماها الخوف والرعب عن التَبيّن ولم تستطع بقوتها أن تخلق مجتمعاً آمنا لها فضلاً عن أن تخلقه لغيرها .

ولعل من أسباب ذلك خطأهم في دراسة النفس الإنسانية فعلم النفس الحديث تجنب التعرض إلى مسائل مهمة كحقيقة الإنسان ووظيفته ، ودوره في الحياة وطاقته وحدودها بدعوى أنها من مباحث الفلسفة وأن علم النفس معنى يبحث الواقع النفسي الذي يجده أمامه بغض النظر عن أي هدف آخر خارج نطاق هذا المعنى وبذلك أبعدوا النفس ذاتها من دراساتهم وقصروا دراستهم على السلوك الذي يمكن ملاحظته وقياسه دون النفس ونادى بعضهم بتغيير اسم علم النفس إلى علم السلوك فأدى ذلك إلى نشوء دراسات غير واعية بالإنسان المتكامل وأدى بها إلى دراسة أجزاء متفرقة من الإنسان على أنها هي الإنسان فجاءت النتائج مخطئة وقاصرة ، ولم تميز هذه الدراسات بين الحالات السوية والحالات المنحرفة لأنها فقدت المقياس

---

[١] انظر القرآن وعلم النفس : عثمان نجاتي ص : ٢٤٩

[٢] إحصائية عن الجرائم في الولايات المتحدة الأمريكية في عام : رمزي كلارك عن كتاب أثر القرآن الكريم في الأمن النفسي : ناهد الخراشي ص : ١٧

الذي ترجع إليه لمعرفة حد الاستقامة والانحراف ونظرت لكل حالة على أنها الواقع النفسي الذي تستخلص منه نظرياتها فصار الواقع المنحرف من المقاييس الذي تقاس به النفس الإنسانية وتصاغ النظريات النفسية على أساسه وأصبح صورة طبيعية سوية يتعامل معها العلماء .[٣]
بل درسوا النفس الإنسانية مجردة عن تأثير الصلة بالله خالقها ومدبرها فتناولوا مجالات التأثير المختلفة كالجغرافي والبيئي والمادي والاقتصادي والاجتماعي وليس بينها جميعاً تأثير الإرادة الإلهية في حياة الإنسان وهدايته وإضلاله.[٤]

<u>القلق وآثاره:</u>

والقلق خبرة انفعالية غير سارة يعاني منها الفرد عند شعوره بالخوف وغالباً ما يصاحبه بعض التغييرات الفسيولوجية مثل ازدياد ضربات القلب، وارتفاع ضغط الدم والغثيان وفقدان الشهية، وازدياد معدل التنفس ، والتعرق ، والتبول ، وعدم القدرة على النوم العميق وقد يصاحبه توتر عضلي وازدياد في النشاط الحركي ، وإحساس بتعب عضلي وشعور عام بعدم القدرة على التنظيم وفقد القدرة عل السيطرة على ما يقوم به الفرد من عمل وعدم القدرة على التفكير بصورة مناسبة .[٥]
وتتفق كما أشرت آنفاً جميع مدارس العلاج النفسي على أن القلق هو السبب الرئيس في نشوء أعراض الأمراض النفسية.
ويفتقد الإنسان القلق الأمن النفسي والطمأنينة وتتصف شخصيته:

١. الشعور بالخوف والخطر والتهديد.
٢. أن الحياة والعالم مكان خطير مظلم وفيه عداء وتحد
٣. يغلب عليه سوء الظن حيث يرى أن الآخرين خطرون وعدوانيون
٤. تنتابه مشاعر الحسد والغيرة
٥. متشائم ويتوقع حدوث الأسوأ
٦. الشعور بعدم السعادة والرضا
٧. تسيطر عليه مشاعر التوتر الانفعالي وغير ذلك[٦]

<u>القلق والعلاج:</u>

يؤكد علماء النفس على أثر الإيمان في علاج الأمراض النفسية ويرون أن في الإيمان بالله قوة خارقة تمد الإنسان المتدين بطاقة روحية تعينه على تحمل مشاق

---
[٣] فصارت مثلاً الفتاة التي لا تتخذ لها صديقاً قبل الزواج يعاشرها معاشرة الأزواج فتاة مريضة نفسياً ومنحرفة .
[٤] انظر أثر القرآن الكريم في الأمن النفسي : ناهد الخراشي ٥٣-٥٤
[٥] مقدمه في الصحة النفسية : عبد السلام عبد الغفار : ص ١٢٠
[٦] انظر الحاجة للإيمان : سميرة أبكر ص ٩١-٩٢

الحياة وتجنبه القلق الذي يتعرض له كثير من الناس في العصر الحديث الذي يسيطر عليه الاهتمام بالمادة ويفتقر إلى الغذاء الروحي . [٧]
ولذا أشار المؤرخ أرنولد توينبي إلى أن الأزمة التي يعاني منها الأوربيون في العصر الحديث إنما ترجع في أساسها إلى الفقر الروحي وأن العلاج الوحيد لهذا التمزق الذي يعانون منه الرجوع إلى الدين .[٨]
وقال وليام جيمس أحد علماء النفس والفلاسفة الأمريكيين : (إن أعظم علاج للقلق ولا شك هو الإيمان "وقال أيضاً " الإيمان من القوى التي لابد من توافرها لمعاونة المرء على العيش وفقده نذير بالعجز عن معاناة الحياة) .
وقال أيضاً : (إن بيننا وبين الله رابطة لا تنفصم فإذا نحن أخضعنا أنفسنا لإشرافه – تعالى – تحققت كل أمنياتنا وآمالنا " وقال : إن أمواج المحيط المصطحبة المتقلبة لا تعكر قط هدوء القاع العميق ولا تقلق أمنه وكذلك المرء الذي عمق إيمانه بالله خليق بأن لا تعكر طمأنينة التقلبات السطحية المؤقتة فالرجل المتدين حقاً عصي على القلق) .[٩]
ويقول أ . أ .بريل المحلل النفسي : (إن المرء المتدين حقاً لايعاني قط مرضاً نفسياً) .[١٠]
ويقول كارل يونج : (لم أجد مريضاً واحداً من مرضاي ... من لم تكن مشكلته في أساسها هي افتقاره إلى وجهة نظر دينية في الحياة وأستطيع أن اقول إن كل واحد منهم قد وقع فريسة المرض لأنه فقد ذلك الشيء الذي تمنحه الأديان). [١١]
وأثبتت دراسة العالم النفسي الأمريكي هنري لينك أن الأشخاص المتدينين والذين يترددون على دور العبادة يتمتعون بشخصية أقوى وأفضل ممن لا دين لهم أو لا يقومون بأيه عبادة . [١٢]
وأكدت نتائج دراسة روث آن فنك هذه الحقيقة فقد ذكر أن ٧٠% من أفراد عينته أن العقيدة الدينية منحته راحة العقل ، وذكر ٦١% أن العقيدة تجعلني أشعر بالأمن والأمان وذكر ٨٢% يمكننا دوماً الاتجاه إلى الله عندما نكون في ضيق ، وذكر ٨٥% أن العقيدة تعينني على أن أكون شخصاً أفضل وذكر ٧٨% أن إدراكي بأن الله دائماً معي يشعرني بالأمان " [١٣]
ويقول ديل كارينجي : أن أطباء النفس يدركون أن الإيمان القوي والاستمساك بالدين كفيلان بأن يقهرا القلق والتوتر العصبي وأن يشفيا هذه الأمراض " [١٤]
هذا بعض ما قاله علماء الغرب أما علماء المسلمين فلا شك أنهم يقولون بأكثر من هذا فنصوص القرآن والسنة صريحة بأن الشفاء في القرآن الكريم .

---

٧ القرآن وعلم النفس عثمان نجاتي ص ٢٤٧
٨ مفاهيم العلوم الاجتماعية والنفس والأخلاق في ضوء الإسلام : أنور الجندي ص ١٩٥ (القرآن وعلم النفس) ص ٢٤٩
٩ دع القلق وأبدأ الحياة : ديل كارينجي ترجمة عبد المنعم الزيادي ص ٢٨٢ ، ٢٩٢ ، ٢٩٨ ، ٣٠١
١٠ المرجع السابق ٢٨٦
١١ القرآن وعلم النفس : د/ محمد عثمان نجاتي ص ٢٤٨
١٢ الإيمان والحياة : د يوسف القرضاوي ص ٣٤٢
١٣ الحاجة إلى الإيمان وأثره على الأمن النفسي : سميرة بكر ص ١٠٤
١٤ المرجع السابق ص ١٠٣

علاج القلق في القرآن الكريم :

وردت في القرآن الكريم نصوص كثيرة جدا تؤكد على أن شفاء الأمراض النفسية وعلى رأسها القلق هو في الإيمان بالله وذكره وتلاوة كتابه القرآن الكريم وأن الأمن والأمان والطمأنينة وانشراح الصدر والسكينة كل ذلك لا يعدو الإيمان الصادق ولا يفارقه .

فالقلوب إنما تطمئن بذكر الله تعالى [الذين ءامنوا و تطمئن قلوبهم بذكر الله ألا بذكر الله تطمئن القلوب] الرعد ٢٨ . وفي الطمأنينة انشراح للصدر وزوال الضيق والقلق [أفمن شرح الله صدره للإسلام فهو على نور من ربه فويل للقاسية قلوبهم من ذكر الله أولئك في ضلال مبين] الزمر ٢٢ . ومن شرح الله صدره بالإيمان هدأت سريرته ونزلت عليه السكينة ، واطمأنت نفسه وزال قلقه فيشعر بالرضا ويبتعد عن الآثام والمعاصي [هو الذي أنزل السكينة في قلوب المؤمنين ليزدادوا إيماناً] الفتح ٤ . فينعم بالأمن والطمأنينة [الذين ءامنوا ولم يلبسوا إيمانهم بظلم أولئك لهم الأمن] الأنعام ٨٢ . ولايخاف من شيء في هذه الدنيا إلا الله ولا يحزن [فمن تبع هداي فلا خوف عليهم ولا هم يحزنون] البقرة ٣٨ فينعمون بالرضا الرضا بما قسمه الله وقدره ورضا الله عنهم لإيمانهم [رضي الله عنهم ورضوا عنه ذلك لمن خشي ربه] البينة ٨ ، فينعم الله عليهم بالحياة الطيبة]مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ] النحل ٩٧ . وتتم النعمة بدخول الجنة وما فيها من النعم [يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ المُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِي إِلَى رَبِّكِ رَاضِيَةً مَرْضِيَّةً فَادْخُلِي فِي عِبَادِي وَادْخُلِي جَنَّتِي] الفجر ٢٧ ـ ٣٠ .

قل لي بربك ما الذي يبقى من القلق في قلب من ذكر الله فاطمأن قلبه بالإيمان وانشرح صدره بالإسلام ونزلت عليه السكينة وزال خوفه وحزنه ورضي الله عنه وأرضاه ؟ وما الذي يفتقده مثل هذا المؤمن ؟ وما الذي يحتاجه من أمور الدنيا الزائلة الزائفة ؟ هل يمكن أن يقوم على عمل يعلم أنه يهدم أمانيه ويحطم آماله ؟! هل يمكن أن يرتكب جريمة أو شبهها وهو يرجو ما عند الله؟ هل يمكن أن يأخذ حق غيره وهو يعلم أنه سيحرمه رضا الله ؟! كيف والنصوص صريحة أن الإيمان يمنع من ذلك [قَدْ أَفْلَحَ المُؤْمِنُونَ(١) الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ(٢) وَالَّذِينَ هُمْ عَنِ اللَّغْوِ مُعْرِضُونَ(٣) وَالَّذِينَ هُمْ لِلزَّكَاةِ فَاعِلُونَ(٤) وَالَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَافِظُونَ(٥) إِلَّا عَلَى أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ(٦) فَمَنِ ابْتَغَى وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ العَادُونَ(٧) وَالَّذِينَ هُمْ لِأَمَانَاتِهِمْ وَعَهْدِهِمْ رَاعُونَ(٨)]. {المؤمنون}.
وفي الحديث (الإيمان قيَّد الفتك لا يفتك مؤمن) [١٥]

---

[١٥] رواه أبو داوود كتاب الجهاد باب في العدو يؤتى على غرة ويتشبه بهم ج٣ص ٨٧

وفيه " لا يزني الزاني حين يزني وهو مؤمن ولا يشرب الخمر حين يشربها وهو مؤمن ولا يسرق السارق حين يسرق وهو مؤمن ولا ينتهب نهبة ذات شرف يرفع الناس إليه فيها أبصارهم حين ينتهبها وهو مؤمن " وفي حديث ابن عباس " ولا يقتل وهو مؤمن " قال عكرمة : قلت لابن عباس : كيف ينزع منه الإيمان ؟ قال : هكذا وشبك بين أصابعه ثم أخرجها _ فإن تاب عاد إليه هكذا وشبك بين أصابعه[١٦] . وفي الحديث : " والله لا يؤمن والله لا يؤمن والله لا يؤمن قيل ومن يا رسول الله ؟ قال الذي لا يأمن جاره بوائقه "[١٧] . وحديث " لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه "[١٨] والأحاديث أكثر من أن أستوعبها في هذا المقام أو أحصيها .
فأي حصانة للنفس وأي حصانة للمجتمع أكثر من إيمان يمنع صاحبه من الفواحش ما ظهر منها وما بطن ويمنعه من إيذاء المسلمين بأي نوع من الإيذاء بل يتجاوز منعه من الإيذاء إلى أنه لا يؤمن حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه . أي مجتمع هذا المجتمع إذا سادت فيه هذه المعاني وانتشرت فيه هذه القيم والتزمت هذه المبادئ فلا مكان للجريمة ولا مكان للانحراف والاعتداء .

والقرآن شفاء :

قال تعالى : [قل هو للذين آمنوا هدى وشفاء] فصلت ٤٤ . وقال عز شأنه : [قد جاءتكم موعظة من ربكم وشفاء لما في الصدور] يونس ٥٧ . وقال سبحانه : [وننزل من القرآن ما هو شفاء ورحمة للمؤمنين] الإسراء ٨١ . قال ابن القيم رحمه الله تعالى : (و (من) هنا لبيان الجنس لا للتبعيض ،فإن القرآن كله شفاء كما قال في الآية المتقدمة يعني [قل هو للذين آمنوا هدى وشفاء] فهو شفاء للقلوب من داء الجهل والشك والريب ، فلم ينزل الله سبحانه وتعالى من السماء شفاء قط أعم ولا أنفع ولا أعظم ولا أنجح في إزالة الداء من القرآن). [١٩]
وينبغي أن نعلم أن في القرآن نوعين من الشفاء : [٢٠]
الأول : وصفي بمعني أن القرآن فيه وصف للأدوية وعلاج الأمراض البدنية والنفسية في وقت لم يكن الناس أبداً يدركون هذا أو بعضه فحرم الخنزير والدم والميتة والمنخنقة والخمر والزنا واللواط وإتيان النساء في المحيض ولا شك أن مثل هذه الأشياء من مصادر الأمراض الخطيرة ووصف العسل وأخبر أن فيه شفاء [يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ] النحل ٦٩ . تلك أمور تجلب الأمراض البدنية حرمها ، وذلك دواء يدفع أمراضاً أخرى وحرم أيضاً اتباع الشهوات والحسد والحقد والغضب واليأس والقنوط وغير ذلك لما تجلبه لصاحبها

---

[١٦] رواه البخاري كتاب المظالم باب النهبى بغير إذن صاحبه رقم ٢٤٧٥ ورقم ٦٨٠٩
[١٧] رواه البخاري كتاب الأدب باب إثم من لا يأمن جاره بوائقه رقم ٦٠١٦
[١٨] رواه البخاري باب كتاب الإيمان باب من الايمان أن يحب لأخيه ما يحب لنفسه رقم ١٣
[١٩] الجواب الكافي لمن سأل عن الدواء الشافي : ابن القيم ص ٨
[٢٠] انظر كتابي خصائص القرآن الكريم ص ١١٠

من أمراض نفسية ووصف علاجها بما ذكرناه سابقاً من الإيمان بالله والاستعانة على ذلك بالصبر والصلاة ، فتلك أمور تجلب الأمراض النفسية وذلك دواء بإذن الله يدفعها .
أما الثاني : فهو أن القرآن نفسه شفاء كما دلت عليه الآيات الكريمات اللاتي صَدَّرت بهن هذا المبحث فهو نفسه شفاء للأمراض البدنية والنفسية .
فمن صور التداوي بالقرآن نفث الرسول ﷺ على نفسه في مرضه بالقرآن واقتداء عائشة رضي الله عنها به في ذلك وما رواه أبي كعب رضي الله عنه أنه قال : كنت عند النبي ﷺ فجاء أعرابي فقال يا نبي الله إن لي أخاً وبه وجع . قال وما وجعه ؟ قال : به لمم . قال : فائتني به . فوضعه بين يديه فعوذه النبي ﷺ بفاتحة الكتاب وأربع آيات من أول سورة البقرة وهاتين الآيتين [وإلهكم إله واحد] وآية الكرسي وثلاث آيات من أخر سورة البقرة وآية من آل عمران [شهد الله أنه لا إله إلا هو] وآية من الأعراف[إن ربكم الله الذي خلق السموات والأرض] وآخر سورة المؤمنون : [فتعالى الله الملك الحق] وآية من سورة الجن [وأنه تعالى جد ربنا] وعشر آيات من أول الصافات وثلاث آيات من آخر سورة الحشر و [قل هو الله أحد] والمعوذتين : فقام الرجل كأنه لم يشتك قط " [٢١]
والقرآن شفاء للأمراض النفسية وأحسب أن الأمراض النفسية أخطر من الأمراض الجسدية إذ يجد الإنسان من يداويه من مرض الأبدان من الأطباء المختصين بكل عضو من أعضاء جسده أما المرض النفسي فليس من السهل أن يجد العلاج المناسب في وقت قصير وقد يصبح نهباً للوساوس والأوهام ، ولن يستمتع بحياته كما يستمتع بها المريض في جسده ، ولذا فقد يشعر الإنسان بسعادة غامرة رغم فقره وفاقته بل ومرضه الجسدي ولكنه لن يكون كذلك إذا ماكان يعاني مرضاً نفسياً. [٢٢]
ونعتقد أن في القرآن شفاء لهذه الأمراض النفسية وإنما تحدث تلك الأمراض حين يعرض الإنسان عن القرآن وعن ذكر الله [وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا] {طه:١٢٤} [وَمَنْ يَعْشُ عَنْ ذِكْرِ الرَّحْمَنِ نُقَيِّضْ لَهُ شَيْطَانًا فَهُوَ لَهُ قَرِينٌ] {الزُّخرف:٣٦} وعلاج ذلك كله قريب [الَّذِينَ آَمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللهِ أَلَا بِذِكْرِ اللهِ تَطْمَئِنُّ القُلُوبُ] {الرعد:٢٨} نعم تطمئن القلوب المضطربه والقلوب القلقة والقلوب الموسوسة.
روى عن جعفر الصادق رحمه الله تعالى أنه قال : عجبت لمن اغتم ولم يفزع إلى قوله تعالى [لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ] {الأنبياء:٨٧} دعوة ذي النون عليه السلام فإني سمعت الله يعقبها بقوله [فَاسْتَجَبْنَا لَهُ وَنَجَّيْنَاهُ مِنَ الغَمِّ وَكَذَلِكَ نُنْجِي المُؤْمِنِينَ] {الأنبياء:٨٨} وعجبت لمن أصابه الحزن ولم يفزع إلى قوله تعالى [حَسْبُنَا اللهُ وَنِعْمَ الوَكِيلُ] {آل عمران:١٧٣} فإني سمعت الله يعقبها بقوله :[فَانْقَلَبُوا بِنِعْمَةٍ مِنَ اللهِ وَفَضْلٍ لَمْ يَمْسَسْهُمْ سُوءٌ] {آل عمران:١٧٤} وعجبت لمن دبرت له المكائد ولم يفزع إلى قوله تعالى[وَأُفَوِّضُ أَمْرِي إِلَى اللهِ] {غافر:٤٤}

[٢١] مسند الإمام أحمد ج ٥ ص ١٢٨
[٢٢] انظر كتابي خصائص القرآن الكريم : ص ١١٣-١١٤

فإني سمعت الله يعقبها بقوله :[فَوَقَاهُ اللهُ سَيِّئَاتِ مَا مَكَرُوا وَحَاقَ بِآَلِ فِرْعَوْنَ سُوءُ العَذَابِ النَّارُ يُعْرَضُونَ عَلَيْهَا غُدُوًّا وَعَشِيًّا وَيَوْمَ تَقُومُ السَّاعَةُ أَدْخِلُوا آَلَ فِرْعَوْنَ أَشَدَّ العَذَابِ] {غافر:٤٥ ـ ٤٦}
وأصرح من هذا قول الرسول صلى الله عليه وسلم (دعوة ذي النون إذ دعا ربه وهو في بطن الحوت [لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ] {الأنبياء:٨٧} لم يدع بها رجل مسلم في شيء قط إلا استجيب له .[٢٣]
فكم من مسلم إذا تكالبت عليه الهموم توضأ وتطهر ثم انتحى زاوية في بيته وأخذ المصحف يتلوه ويتلو فتزاح عنه الهموم وتنجلي فيقوم وكأنما نشط من عقال .
وكم من مسلم اضطجع على جنبه الأيمن عند نومه وقرأ على نفسه بضع آيات كأنما يمد بها طريقا إلى ربه ويبتغي بها رضاه فنام قرير العين آمناً بحفظ الله ورعايته .
وكم من مسلم أصابته الوحشة واستولى عليه الخوف فآنس نفسه بآيات فوجدها نعم الأنيس ، أزالت وحشته ، وأذهبت خوفه .
وكم من مسلم اضطرب وارتعد فتلا آيات فأنزل الله عليه سكينته وآمن روعته .
وكم من مسلم التمس الشيطان إلى قلبه سبيلاً وألقى إليه بالشبهات والشكوك فما تكاد تنقدح شرارتها حتى يدعوه داعي الإيمان إلى ترتيل آيات من القرآن فتقضي على كل شبهة وتقطع كل شك فيعود قلبه مطمئناً .
و كم من مسلم ناله الفقر و مسه الجوع فوجد في القرآن غناه و في تلاوته غذاءه .
و كم من مسلم كاد أن يطغيه غناه و تذهب به بهجته فأنقذه الله بالقرآن يتلوه ، فانكشف له الستار ، و تذكر نعمه ربه فابتغى ما عند الله بما عنده .
فإن جرب أحد شيئاً من هذا فوجده فليحمد الله فإنها نعمة عظمى أنعمها الله عليه ، و إن جرب أحد مثل هذا فاستعصى عليه أو لم يجد فلينظر في حاله و ليفتش عن العلة في نفسه فإنه من قِبَلِه هو أُتي . (1[٢٤]
فلابد من كمال اليقين و قوة الاعتقاد فذلكم رسول الله ﷺ جاءه رجل فقال : إن أخي استطلق بطنه فقال : " اسقه عسلاً " فسقاه فقال : إني سقيته فلم يزده إلا استطلاقاً ، فقال ﷺ : " صدق الله و كذب بطن أخيك " ، و في رواية فقال : " اسقه عسلاً " ثم أتى الثانية فقال : " اسقه عسلاً " ثم أتى الثالثة فقال : " اسقه عسلاً " ثم أتاه فقال : فعلت ، فقال : " صدق الله و كذب بطن أخيك اسقه عسلاً " فسقاه فبرأ [٢٥]٢) .
فانظر إلى قوة اليقين بالقرآن الكريم كيف كان أثرها.
و لذلك قال ابن القيم رحمه الله تعالى : (و لكن هاهنا أمر ينبغي التفطن له وهو أن الأذكار والآيات و الأدعية التي يستشفى بها و يرقى بها هي في نفسها و إن كانت نافعة شافية و لكن تستدعي قبول المحل و قوة همة الفاعل و تأثيره فمتى تخلف الشفاء كان لضعف تأثير الفاعل أو لعدم قبول المنفعل أو لمانع قوى فيه) [٢٦]٣) . و

[٢٣] مسند الإمام أحمد ج ١ ص ١٧٠ وسنن الترمذي ج ٥ ص ٥٢٩
[٢٤](١) أنظر كتابي : خصائص القرآن الكريم : ص ١١٥ ـ ١١٦
[٢٥](٢) صحيح البخاري جـ ٥ ص ١٨ و الرواية الأخرى ص ١٢-١٣ جـ٥
[٢٦](٣) الجواب الكافي : لابن القيم ص٨

قال الزركشي عن الاستشفاء بالقرآن الكريم : (لن ينتفع به إلا من أخلص لله قلبه و نيته و تدبر الكتاب في عقله و سمعه ، و عمر به قلبه و أعمل به جوارحه ، و جعله سميره في ليله و نهاره ، و تمسك به و تدبره) . ([27]1)

من أسرار تأثير القرآن الكريم :

إذاً فتأثير القرآن الكريم في النفوس مركب من طبقتين :
طبقة إتباع أوامره و الالتزام بأحكامه و التقيد بتوجيهاته سواء كانت اعتقادية أو قوليه أو عمليه و الإيمان بذلك .
فالمؤمن يشعر دائماً أن الله معه [إن الله مع الذين اتقوا و الذين هم محسنون] النحل ١٢٨ [وهو معكم أينما كنتم] الحديد ٤ ، و يشعر بقرب الله [و إذا سألك عبادي عني فإني قريب أجيب دعوة الداعي إذا دعان فليستجيبوا و ليؤمنوا بي لعلهم يرشدون] البقرة ١٨٦ [إن رحمة الله قريب من المحسنين] الأعراف ٥٦ [إن ربي قريب مجيب] هود ٦١ [إنه سميع قريب] سبأ ٥٠ .
إن هذا الشعور وحده كفيل ببث الأمن و الطمأنينة في قلب المؤمن فإن الطفل ليأنس بقرب والده منه و أن الرجل ليأنس في المكان المخوف بقرب صاحبه منه فكيف لا يأنس المؤمن بقرب خالقه منه .
يقول الدكتور جفري لانغ وهو أمريكي اعتنق الإسلام : (و هناك آيات أخرى أيضاً تريح المرء و تعيد طمأنته بأن الله لا يتخلى عن أولئك الذين يبحثون عنه ، فعندما قرأت السورة الثالثة و التسعين (سورة الضحى) – تأثرت كثيراً لوعدها بمحبة الله المغذية للروح لدرجة أني بكيت لما يزيد عن نصف ساعة على ما أعتقد – شعرت كطفل ضائع أنقذته أمه بعد طول عذاب ، و ذلك أن هذه السورة تخبرنا أن الله لن يتخلى عنا في أحلك الظروف أو في تلك التي أكثرها إشراقاً إذا ما توجهنا إليه فقط [و الضحى و الليل إذا سجى ما ودعك ربك و ما قلى و للآخرة خير لك من الأولى و لسوف يعطيك ربك فترضى ألم يجدك يتيماً فآوى و وجدك ضالاً فهدى و وجدك عائلاً فأغنى] (١-٨ الضحى) . ([28]1)
و المؤمن يعتقد أنه لن يصيبه شيء إلا بمشيئة الله و إرادته و أن الإنس و الجن لو اجتمعوا على أن يضروه بشيء لم يضروه إلا بشيء قدره له الله . فيزول عنه الخوف من المخلوقين [بلى من أسلم وجهه لله وهو محسن فله أجره عند ربه و لا خوف عليهم و لا هم يحزنون] (البقرة :١١٢) [إن الذين قالوا ربنا الله ثم استقاموا تتنزل عليهم الملائكة ألا تخافوا و لا تحزنوا و أبشروا بالجنة التي كنتم توعدون . نحن أولياؤكم في الحياة الدنيا و في الآخرة و لكم فيها ما تشتهي أنفسكم و لكم فيها ما تدعون . نزلاً من غفور رحيم] فصلت ٣٠-٣١ [إن الذين قالوا ربنا الله ثم استقاموا فلا خوف عليهم و لا هم يحزنون] الأحقاف ١٣ .

[27](١) البرهان في علوم القرآن : الزركشي جـ ١ ص ٤٣٦
[28](١) الصراع من أجل الإيمان : جفري لانغ ص ١١٨

و مم يخاف المؤمن الصادق وهو يعلم أن رزقه بيد الله ؟ [إن الله هو الرزاق ذو القوة المتين] الذاريات ٥٨ [و في السماء رزقكم و ما توعدون] الذاريات ٢٢ [و ما من دابة في الأرض إلا على الله رزقها] هود ٦ [إن الذين تعبدون من دون الله لا يملكون لكم رزقاً فابتغوا عند الله الرزق و اعبدوه و اشكروا له إليه ترجعون] العنكبوت ١٧ [قل إن ربي يبسط الرزق لمن يشاء و يقدر و لكن أكثر الناس لا يعلمون] سبأ ٣٦ . فهو يعلم أن ما قسمه الله له من رزق سيأتيه و سيرضى بما قسمه الله له فإن كان كثيراً حمد الله و إن كان قليلاً صبر و احتسب وهو في الحالتين متوكل على الله ساع إلى العمل و الكسب .

هدد شخص أحد العمال بطرده من العمل فلم يتغير وجهه ولم يَبدُ منه خوف وقال ممّ أخاف؟ إن رزقي سيأتيني أينما كنت ثم حكى أن عندهم في بيته حجراً صلداً يضعونه في النار ثم يضعون عليه خبزهم وكان قد ورث هذا الحجر من جده قال رفعته يوما فوقع من يدي فانكسر فرأيت في قلب الصخرة دودة فعلمت أن الذي رزقها في هذا المكان المغلق والحرارة القاتلة كفيل برزق خلقه أينما كانوا .

و المؤمن لا يخاف الموت فهو يعتقد أنه لا بد منه [كل نفس ذائقة الموت] آل عمران ١٨٥ . لا مفر منه [أينما تكونوا يدرككم الموت] النساء ٧٨ . و لا يمكن أن يتقدم أجله أو يتأخر [فإذا جاء أجلهم لا يستأخرون ساعة و لا يستقدمون] الأعراف ٣٤ . ففيم القلق مما لا مفر منه ؟ ومم الخوف مما هو كائن لابد منه وهو مرحلة انتقالية إلى ما هو خير مما قبله للمؤمنين ؟.

و المؤمن يعلم أنه في هذه الحياة عابر سبيل وأن ما يحدث فيها إنما هو بقضاء الله وقدره فإن أصابته ضراء صبر فكان خيراً له وإن أصابته سراء شكر فكان خيراً له [و نبلوكم بالشر و الخير فتنة و إلينا ترجعون] الأنبياء ٣٥ . فلا يكبل نفسه بالهم ولا يقيدها بالحزن [لكيلا تأسوا على ما فاتكم و لا تفرحوا بما آتاكم] الحديد ٢٣ .

إذاً فالمؤمن الصادق لا يخاف مما يخاف منه معظم الناس عادة كالموت والفقر والمرض ولا يخاف مصائب الدهر ويتحمل المصائب ويقيد النعم بالشكر ويحذر البطر فلا غرابة أن يكون آمن النفس مطمئن القلب يغمره الشعور بالرضا وراحة البال.[٢٩]

ثم مع هذه العقيدة الطاهرة المطهرة النقية المنقية يلتزم المؤمن أعمالاً و عبارات تضيف إلى قلبه الأمن والطمأنينة فالصلاة صلة بين العبد وخالقه وجسر متصل بينه وبين ربه يشعره بالقرب منه ويؤكد لقاءه بربه في كل يوم مرات ومرات فيزداد أنساً وقرباً قال بعض السلف " من مثلك يا بابن آدم خلي بينك وبين المحراب والماء كلما شئت دخلت على الله عز وجل ليس بينك وبينه ترجمان "[٣٠] . وتحدث الصلاة التامة في قلب المؤمن من السكينة والراحة النفسية ما يعجز عنه الأطباء في جلسات

---

٢٩ انظر القرآن و علم النفس : محمد نجاتي : ٢٥٠ - ٢٥٦

٣٠ قاله بكر بن عبد الله المزني أنظر صفة الصفوة لابن الجوزي ج٣ص١٧٦

الاسترخاء لعلاج القلق ولذا كان إمام المصلين ﷺ يقول : " أرحنا بالصلاة يا بلال " [٣١] و كان صلى الله عليه وسلم إذا حزبه أمر قام على الصلاة [٣٢]
والصيام تربية للنفس وعلاج لكثير من الأمراض الجسمية والنفسية وطريق إلى التقوى [يأيها الذين آمنوا كتب عليكم الصيام كما كتب على الذين من قبلكم لعلكم تتقون] البقرة ١٨٣.
والزكاة تنقية للقلب من التعلق بأوشال الدنيا وتنقية للمال من أدرانه فإن قسم الزكاة إذا لم يخرج أفسد أصله و إخراجه تنقية وتطهير لبقيته ونماء وزيادة وبركة . وفيها نشر وتوثيق للمحبة والترابط بين الأغنياء والفقراء [خذ من أموالهم صدقة تطهرهم وتزكيهم بها وصل عليهم إن صلاتك سكن لهم] التوبة ١٠٣ .
وفي الحج فوائد نفسية عظيمة الشأن فزيارة الأماكن المقدسة تمد المؤمن بطاقة روحية عظيمة وفيه تدريب للإنسان على تحمل المشاق[٣٣]، وتدريب للنفس على التخلي عن الملذات والشهوات من المأكل والمشرب والملبس والطيب والنساء .
ذلك نوع من أنواع تأثير القرآن باتباع أوامره ونوع آخر هو تأثير القرآن بذاته في القلوب وما يحدثه في نفس تاليه من تأثر [إنما المؤمنون الذين إذا ذكر الله و جلت قلوبهم وإذا تليت عليهم آياته زادتهم إيماناً وعلى ربهم يتوكلون] الأنفال ٢ [الله نزل أحسن الحديث كتاباً متشابهاً مثاني تقشعر منه جلود الذين يخشون ربهم ثم تلين جلودهم وقلوبهم إلى ذكر الله ذلك هدى الله يهدي به من يشاء ومن يضلل الله فما له من هاد] الزمر ٢٣ .
ومن العجب أنه يؤثر في قلب من لا يفهم معناه ولا يعرف لغته وهذا من أسرار القرآن وخصائصه يقول الدكتور جفري لانغ : (وفي الأيام التي تلت إسلامي حاولت أن أحضر كل صلاة جماعة في المسجد ولكني كنت أواظب بشكل خاص على صلاة الفجر والمغرب والعشاء لأنه يجهر بقراءة القرآن خلال هذه الصلوات بينما لا يجهر بالقراءة في صلاتي الظهر والعصر وحضوري في هذه الصلوات الثلاث خاصة لفت انتباه أحد المصلين الذي كان عنده درجة من الفضول فسألني ذات مرة لماذا كنت أجهد نفسي للمجيء لهذه الصلوات ؟ إذ عد مجيئي إليها عبئاً علي ، خصوصاً وأن القراءة في الصلاة كانت تتم في لغة غريبة عني تماماً وهي العربية ، لم أفكر في هذه المسألة قط ، ولكني أجبته بشكل فطري بسؤال آخر : لماذا يسكن الطفل الرضيع و يرتاح لصوت أمه ذلك أنه على الرغم من أن الرضيع لا يفهم كلمات أمه إلا أن صوتها مألوف له ويسكته .... لقد كانت هناك لحظات كنت أتمنى فيها أن أعيش تحت حماية ذلك الصوت للأبد).[٣٤]
والقصة التي ذكرها سيد قطب رحمه الله تعالى عندما كان مسافراً على ظهر الباخرة متجهاً إلى نيويورك فأقام ومن معه صلاة الجمعة وألقى فيهم الخطبة متضمنة آيات

---

[٣١] رواه الإمام أحمد في مسنده : ج ٥ ص ٣٦٤ وأبو داود في سننه ج ٤ ص ٢٩٦-٢٩٧
[٣٢] رواه أبو داود في سننه : رقم ١٣١٩ ج٢ ص٣٥ .
[٣٣] القرآن و علم النفس : د/ محمد عثمان نجاتي : ٢٧٤ ــ ٢٧٥
[٣٤] الصراع من أجل الإيمان : جفري لانغ ص ١١٩ ــ ١٢٠ .

من القرآن وبعد الصلاة جاءت إليهم من بين من جاء سيدة يوغسلافية وفي عينيها دموع لا تكاد تمسكها وفي صوتها رعشة وقالت إنني لا أفهم من لغتكم حرفاً واحداً غير أن الذي لفت حسي هو أن الإمام كانت ترد في أثناء كلامه فقرات من نوع آخر غير بقية كلامه نوع أكثر تأثيراً هذه الفقرات كانت تحدث فيّ رعشة وقشعريرة ولها سلطان خاص على نفسي وعرفت طبعاً أنها الآيات القرآنية لا أقول إن هذه قاعدة عند كل من يسمع ممن لا يعرفون العربية .. ولكنها ولا شك ظاهرة ذات دلالة [٣٥] .

وفي تجربة أجراها الدكتور أحمد القاضي في الولايات المتحدة الأمريكية عن تأثير القرآن على وظائف أعضاء الجسم البشري وقياسه بواسطة أجهزة المراقبة الإلكترونية – دراسة مقارنة حيث استخدم فيها أجهزة قياس إلكترونية على أشخاص صم تليت عليهم مقاطع من القرآن الكريم ومقاطع ليست من القرآن الكريم من غير أن تعرف العينة ما يقرأ عليها هل هو قرآن أو غيره وأظهرت النتائج أن للقرآن أثراَ إيجابياً مؤكداً لتهدئة التوتر وأمكن تسجيل هذا الأثر نوعاً وكماً وظهر هذا الأثر على شكل تغيرات في التيار الكهربائي في العضلات وتغيرات في قابلية الجلد للتوصيل الكهربائي وتغيرات في الدورة الدموية وما يصحب ذلك من تغير في عدد ضربات القلب وكمية الدم الجاري في الجلد ودرجة حرارة الجلد وكل هذه التغيرات تدل على تغير في وظائف الجهاز العصبي التلقائي والذي بدوره يؤثر على أعضاء الجسد الأخرى ووظائفها ولذلك فإنه توجد احتمالات لا نهاية لها للتأثيرات الفسيولوجية التي يمكن أن يحدثها القرآن ومن الممكن أن يؤدي الأثر القرآني المهدئ للتوتر إلى تنشيط وظائف المناعة في الجسم والتي بدورها ستحسن من قابلية الجسم على مقاومة الأمراض أو الشفاء منها وهذا ينطبق على الأمراض المعدية والأورام السرطانية وغيرها .

وفي دراسة أكاديمية حديثة صدرت عن جامعة الكويت وقبلت للنشر في مجلة العلوم الاجتماعية البيولوجية التابعة لجامعة كمبردج في بريطانيا أثبتت وجود علاقة بين درجة التدين ومستويات ضغط الدم لدى أفراد من المجتمع الكويتي وكان من أهم النتائج وجود علاقة عكسية بين معدلات ضغط الدم وقراءة القرآن الكريم أي أن قراءة القرآن بشكل مستمر وغير متقطع له الأثر الجيد على ضغط الدم فكلما زادت قراءة القرآن للشخص كان معدل ضغط دمه أخفض وأقرب للمستوى المثالي وكما أن هناك علاقة عكسية بين التردد على سماع القرآن والاعتياد على هذا السماع وبين ضغط الدم .

فهذه النماذج وغيرها كثير تثبت الأثر الإيجابي للقرآن الكريم على النفس البشرية المتمثل في الهدوء والطمأنينة والسعادة القلبية والأثر العلاجي الشافي لأمراضها العضوية والنفسية . [٣٦]

---

[٣٥] انظر : في ظلال القرآن : سيد قطب ج٢ ص ٨٢١ و ج٣ ص ١٧٨٦ .

[٣٦] التأثير النفسي للقرآن الكريم : د.عبد المجيد الرشود ، مجلة ضياء العدد الأول ص ٣٠ .

إن كتاباً يؤثر في سامعه حتى وإن كان لا يعرف لغته هذا التأثير لهو كتاب عظيم عصمة لمن تمسك به ونجاة لمن اتبعه فكيف بمن حفظه .
إن حفظة هذا الكتاب أرجى الناس بل البشرية قاطبة أن يكونوا صمام أمان لمجتمعاتهم فهم ذوو قلوب نزلت عليها السكينة ، وملأها الإيمان ، وغشيتها الرحمة ، وسكنها اليقين ، حفظت القرآن فحفظها ، وقامت به وقام بها فأنست به وسكنت إليه فنزلت عليهم أنواره وتجلت فيهم أسراره.
فقلوبهم المؤمنة التي ذاقت طعم الاطمئنان لا تصبر على دخول منكر من القول أو الفعل إليها ولا تستسيغ مرارة ما تجده من طعم المنكر ولهذا فإنها تراجع نفسها وترجع إلى ربها من قريب [إن الذين اتقوا إذا مسهم طائف من الشيطان تذكروا فإذا هم مبصرون] الأعراف ٢٠١ .[٣٧]
فهم ذوو قلوب يقظة تنفي الخبث عن نفسها وعن مجتمعها كما ينفي الكير خبث الحديد ، وهم جنود أمن و أمان لأوطانهم ما أدوا حق القرآن في أنفسهم نسأل الله تعالى أن يحشرنا مع حفظة كتابه العاملين به القائمين بحقه وصلى الله على نبينا محمد و على آله وصحبه أجمعين .

---

[٣٧] الموت و الحياة على ضوء القرآن الكريم : د/ إيمان المغربي ص ٣٢٧ .

المصادر

١- أثر القرآن الكريم في الأمن النفسي : ناهد عبد العال الخراشي الطبعة الأولى ١٤٠٧هـ و كالة الأهرام للتوزيع – القاهرة .
٢- الإيمان و الحياة : يوسف القرضاوي ط ٦ مكتبة وهبة – القاهرة ١٩٧٨م
٣- البرهان في علوم القرآن : بدر الدين الزركشي تحقيق محمد أبو الفضل إبراهيم دار الفكر – الطبعة الثالثة ، ١٤٠٠هـ .
٤- الجامع الصحيح : الترمذي . تحقيق و شرح أحمد محمد شاكر دار إحياء التراث العربي بيروت.
٥- الجواب الكافي لمن سأل عن الدواء الشافي : ابن قيم الجوزية : تصحيح محمود عبد الوهاب فايد ١٣٨٨هـ - مكتبة محمد علي صبيح – القاهرة .
٦- الحاجة للإيمان و أثرها على الأمن النفسي : سميرة حسن أبكر رسالة مقدمة لنيل درجة الماجستير من كلية البنات في جدة عام ١٤٠٣هـ ١٩٨٣م .
٧- خصائص القرآن الكريم : د. فهد عبد الرحمن الرومي الطبعة العاشرة ١٤٢١هـ -٢٠٠٠م
٨- دع القلق و ابدأ الحياة : ديل كارنيجي ترجمة عبد المنعم الزيادي ط٥ القاهرة مكتبة الخانجي – ١٩٥٦م
٩- سنن أبي داود : تحقيق محمد محي الدين عبد الحميد دار إحياء السنة النبوية .
١٠- صحيح البخاري : المكتبة الإسلامية – استانبول تركيا ١٩٧٩م وطبعة السلام الطبعة الثانية محرم ١٤٢١هـ
١١- صفة الصفوة : لابن الجوزي دار المعرفة بيروت الطبعة الثانية ١٤١٧هـ
١٢- الصراع من أجل الإيمان : د. جفري لانج ترجمة د/ منذر العبسي دار الفكر – دمشق الطبعة الثالثة ١٤٢٥هـ .
١٣- في ظلال القرآن : سيد قطب دار الشروق الطبعة العاشرة ١٤٠٢هـ .
١٤- القرآن و علم النفس : د. محمد عثمان نجاتي . دار الشروق القاهرة – بيروت الطبعة الثالثة ١٤٠٨هـ .
١٥- مسند الإمام أحمد بن حنبل : المكتب الإسلامي دار صادر – بيروت مصورة عن الطبعة الميمنية ١٣١٣هـ .

١٦- مفاهيم العلوم الاجتماعية والنفس والأخلاق في ضوء الإسلام : أنور الجندي ، دار الاعتصام القاهرة ١٩٧٧م .
١٧- مقدمة في الصحة النفسية : د عبد السلام عبد الغفار – دار النهضة – القاهرة .
١٨- الموت والحياة على ضوء القرآن الكريم : إيمان بنت عبد الرحمن مغربي رسالة مقدمة لنيل درجة الماجستير في التفسير وعلوم القرآن من كلية التربية للبنات مكة المكرمة عام ١٤٢٠هـ ١٩٩٩م .

المجلات :

ضياء العدد الأول مجلة تصدرها الجمعية الخيرية لتحفيظ القرآن الكريم في الزلفي المملكة العربية السعودية .